

**Положение**  
**о проведении городских соревнований**  
**«Первенство обучающихся города Москвы по фрироупу»**  
**21-22 января 2023 года**

**1. Общие положения.**

Первенство обучающихся города Москвы по фрироупу традиционно проводится в январе и направлено на выявление сильнейших спортсменов и команд обучающихся.

Первенство проводится в соответствии с Правилами соревнований по фрироупу.

**2. Задачи:**

- развитие фрироупа как вида спорта, пропаганда здорового образа жизни;
- выявление сильнейших спортсменов среди обучающихся г. Москвы;
- совершенствование у участников команд навыков прохождения личных и командных дистанций по фрироупу любительского и спортивного классов.

**3. Проводящая организация.**

3.1. Соревнования организует и проводит Национальная федерация фрироупа (НФФ) при содействии ГБУ г. Москвы «Молодёжный центр «Галактика» филиал ПМЦ «Диалог».

3.2. Главный судья соревнований – судья-инструктор по фрироупу Кузнецов Денис Дмитриевич.

**4. Дата, время и место проведения.**

4.1. Соревнования проводятся 21 и 22 января 2023 года на полигоне по адресу: ул. Матвеевская, д.34, корп.1 (площадка перед центром филиал ПМЦ «Диалог»)

**5. Требования к участникам и условия их допуска**

5.1. К участию в соревнованиях приглашаются команды и спортсмены образовательных учреждений и других организаций г. Москвы, а также индивидуальные участники в сопровождении родителей. На условиях, определяемых главной судейской коллегией соревнований, возможно участие иных команд.

5.2. Возрастные подгруппы и дистанции

Личные соревнования и командная гонка\* проводятся по возрастным группам:

– М10, Д10 – мальчики, девочки 2013-2015 год рождения

– М12, Д12 – мальчики, девочки 2011-2012 год рождения

- Ю15, Д15 – мальчики, девочки 2008-2010 год рождения

– Ю17, Д17 – юноши, девушки 2005-2007 год рождения

- М18, Ж18 – мужчины, женщины 2004 год рождения и старше

\* - состав команды в командной гонке 4 человека, из них минимум 1 девочка. Группа команды определяется по возрасту старшего участника. Участник может выступать в зачёт только в одном составе.

Команду обязательно сопровождает представитель старше 18 лет.

**6. Программа и виды соревнований.**

6.1. Вид соревнований – личные соревнования и командная гонка.

Личные и командные соревнования по возрастным группам на дистанциях:

**21 января с 10:00 до 17:00 соревнования подгрупп М10, Д10, М12, Д12:**

- личные соревнования на дистанции класса «любительский»;

- командные соревнования на дистанции класса «любительский» в формате «командный спринт».

Старты – по времени, назначенному при регистрации.

**22 января с 10:00 до 16:00 соревнования подгрупп Ю15, Д15, Ю17, Д17, М18, Ж18:**

- личные соревнования на дистанции класса «спортивный»;

- командные соревнования на дистанции класса «спортивный» в формате «командный спринт».

Старты – по времени, назначенному при регистрации.

## 6.2. Порядок действий участников:

- прибывают на место соревнований по стартовому протоколу (4-7 спортсменов);
- предоставляют в мандатную комиссию бумажную заявку от команды, паспорт или свидетельство о рождении (копию) на каждого участника;
- проходят инструктаж по технике безопасности и получают допуск у организаторов чемпионата;
- проводят разминку и тренировку в тренировочной зоне;
- выступают на личной дистанции, каждому участнику дается 2 попытки прохождения;
- формируют команду из 4 спортсменов и выступают на дистанции командная гонка, выполняется 1 командный забег. Возможно предоставление командам 2го забега в командной гонке (в зависимости от количества заявок, будет определено к началу соревновательного дня).

Тренировки на соревновательных дистанциях не проводятся! За самовольный вход в соревновательную зону без разрешения судьи команда может быть снята с соревнований на данной дистанции.

Подробная информация об условиях проведения соревнований приведена в Приложении 3.

## 7. Подача заявок на участие

Предварительные заявки на участие принимаются в электронном виде посредством Google Формы по ссылке:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSebVfmzIWYnV86wvehLEqwjl-bZGuUXA0QavLcmDzpXi5dQA/viewform> ДО 23:00 18 января.

Составы на командную гонку заявляются в день соревнований, заранее необходимо заявить количество командных составов и оплатить их участие.

Заявка считается подтвержденной только после оплаты (в соответствии с п.8) и назначения времени старта. Для назначения времени старта необходимо после заполнения заявочной формы как можно быстрее связаться с Божевой Инной Михайловной по тел. 8977 3275408.

Количество стартовых интервалов ограничено; в интересах обеспечения безопасности организаторы оставляют за собой право отказать в участии при поздней регистрации. Участие в соревнованиях без предварительной заявки не гарантировано и возможно только при наличии свободных мест в стартовом протоколе. Команды, не подавшие предварительную заявку, допускаются к соревнованиям при наличии возможности с оплатой заявочного взноса в двойном размере.

Участники соревнований должны иметь медицинский допуск к занятиям фрироупом или спортивным туризмом, оформленный отдельной справкой из медучреждения либо проставленный в списке в бумажной заявке. Бумажные заявки на участие в соревнованиях (Приложение 1) с актуальным на день соревнований списком участников, подписанные уполномоченными лицами, подаются в мандатную комиссию в день соревнований по прибытии команды.

По вопросам заявок можно обращаться также по телефону 89262590553.

## 7. Подведение итогов, награждение

7.1. Победители и призеры в личном зачете определяются в каждой возрастной категории по наименьшему времени, затраченному в лучшей попытке на преодоление дистанции.

7.2. Победители и призеры в командном зачете определяются в каждой возрастной категории по наименьшему времени, затраченному на преодоление дистанции в соответствии с условиями командной гонки.

7.3. Участники, занявшие призовые места, награждаются грамотами. При наличии в группе менее 4 команд (участников), награждается только команда (участник), занявшая(ший) 1-е место.

## 8. Финансирование

8.1. Расходы, связанные с проведением соревнований, несут проводящие организации.

8.2. Расходы, связанные с проездом до места соревнований, питанием, несут командующие организации или сами участники.

8.3. На соревнованиях устанавливается заявочный взнос:

- личная дистанция – 250 руб. с участника;
- командная дистанция – 800 руб. с команды.

Оплата заявочного взноса производится после подачи электронной заявки, порядок оплаты указан в форме заявки.

8.4. Заявочный взнос снижается по решению оргкомитета при оказании командой волонтерской помощи в проведении соревнований. В качестве волонтерской помощи принимается работа сертифицированного НФФ судьи. Для этого необходимо до заявки согласовать помощь с Главным судьёй: сообщить ФИО и номер удостоверения НФФ представителя команды, который будет работать на соревнованиях, а также согласовать график работы. В зависимости от количества и квалификации представителей-волонтеров заявочный взнос может быть снижен до 100% для всех участников представляемого коллектива.

8.5. Заявочный взнос не является эквивалентом оплаты оказываемых услуг и не возвращается при снятии команды с соревнований, недопуске к старту, при опоздании или при отказе команды от участия после подачи заявки и оплаты заявочного взноса.

## **9. Обеспечение безопасности участников и зрителей**

9.1. Каждый спортсмен самостоятельно отвечает за жизнь и здоровье в соответствии со своим статусом. На дистанции допускаются только спортсмены, внесенные в заявку, прошедшие мандатную комиссию, инструктаж по технике безопасности, визуальный контроль и (при необходимости, определяемой организаторами в соответствии с санитарными требованиями по г. Москве) замер температуры.

### **9.2. К участникам соревнований предъявляются следующие требования:**

- форма одежды участника: спортивная или туристская обувь без шипов; одежда, закрывающая локти и колени. На дистанциях обязательна каска (собственная либо предоставленная судьями). Перчатки рекомендованы, не предоставляются;

- участники должны пройти инструктаж по технике безопасности и расписаться в листе инструктажа (Приложение 2).

#### ***Участники соревнований обязаны:***

- выполнять все распоряжения судьи на дистанции;
- своевременно информировать руководителя или судью об ухудшении состояния здоровья.

#### ***Участники не имеют права:***

- начинать преодоление дистанции без команды судьи;
- отвлекать судей вопросами во время прохождения дистанций другими участниками

***Участникам соревнований, сопровождающим их лицам и зрителям строго запрещается:***

- курить на территории проведения соревнований
- использовать ненормативную лексику
- создавать ситуации, мешающие проведению соревнований и тренировочному процессу.

9.3. Меры и условия, касающиеся медицинского обеспечения: на площадке есть медицинская аптечка «НАЦЗДРАВПРОЭКТ», также предоставлен для пользования антисептик.

## **10. Дополнительная организационная информация.**

10.1. Участникам будет предоставлено небольшое помещение для переодевания, а также возможность посещения туалета. Рекомендуем иметь с собой горячее питье и перекус, туристские сидухи.

10.2. При желании приобрести на месте соревнований футболки для лазания (с длинным рукавом) и бафы с логотипом фрироупа рекомендуется сообщить при заявке необходимое количество и размеры.

10.3. В связи с ограниченным пространством в помещениях, сложными условиями проведения соревнований просим вас оказывать содействие судейской бригаде в поддержании тишины и порядка на соревнованиях, чистоты в помещениях и туалетах. Также обращаем ваше внимание, что в соответствии с Правилами фрироупа главный судья соревнований имеет право, по представлению членов судейской бригады, снять участника либо команду с соревнований за нарушения морально-этических норм и неспортивное поведение: ненормативную лексику, невыполнение требований судей, нетоварищеское поведение по отношению к младшим спортсменам.

## **11. Контактная информация**

По вопросам заявок, связанным с назначением времени старта, обращаться к зам. главного судьи Божевой Инне Михайловне +7977 3275408 NFFreerope@yandex.ru.

По всем вопросам участия в соревнованиях можно обращаться к главному судье соревнований Кузнецову Денису Дмитриевичу +7926 2590553.

Приложение 1

**Заявка**  
на участие в Первенстве Москвы по фрироупу

от команды \_\_\_\_\_

контактный телефон \_\_\_\_\_ эл. адрес \_\_\_\_\_

направляющая организация \_\_\_\_\_

№п/п	Фамилия Имя участника	Год рождения	Возрастная подгруппа	Медицинский допуск (Печать и подпись врача)
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				

Представитель команды (Ф.И.О. полностью) \_\_\_\_\_

Руководитель направляющей организации

/ /

подпись

Расшифровка подписи

М.П.

**Инструкция по безопасности**  
**во время проведения соревнований по фрироупу**

К участникам соревнований предъявляются требования:

- иметь одежду, закрывающую суставы рук и ног, и спортивную нескользящую обувь без шипов;
- при любом прохождении дистанций быть в каске;
- пройти инструктаж по технике безопасности и расписаться в листе инструктажа.

Участники соревнований обязаны:

- выполнять все распоряжения судьи на дистанции;
- своевременно информировать руководителя или судью об ухудшении состояния здоровья.

Участники не имеют права:

- начинать преодоление дистанции без команды судьи;
- отвлекать судей вопросами во время прохождения дистанций другими участниками.

Участникам соревнований, сопровождающим их лицам и зрителям строго запрещается:

- курить на территории проведения соревнований;
- использовать ненормативную лексику;
- создавать ситуации, мешающие проведению соревнований и тренировочному процессу.

Рекомендации по безопасности при прохождении дистанций

В сложных погодных условиях (дождь, обледенение, грязь, снег) рекомендуем не использовать кроссовки с пластиковой подошвой, не обеспечивающей достаточного сцепления с поверхностью деревянных элементов, верёвок и слеклайнов!

При прохождении дистанций:

- начните участие в соревнованиях с разминки;
- перед выходом на дистанцию убедитесь в том, что шнурки завязаны, одежда и волосы не свисают, карманы и каска застёгнуты;
- снимите либо закройте одеждой цепочки, кольца, медальоны, украшения и прочее;
- старайтесь двигаться скользящими шагами, не отрывая ног;
- при прохождении элементов, которые притягиваются за специальную верёвочку (маятники, ролики), следите, чтобы верёвочка не попадала между ног;
- старайтесь обойтись без прыжков, они приводят к срывам и небезопасны;
- не накручивайте верёвку на руку;
- хотя это не обязательно, мы рекомендуем использовать перчатки;
- если чувствуете, что падаете, старайтесь как можно дольше не отпускать руки.



## Условия соревнований по видам

### Личные соревнования

Вид соревнований «личные, на время» – результат определяется по времени прохождения участником всей дистанции.

Временной стартовый интервал между участниками определяется по степени освобождения дистанции, его определяет начальник дистанции.

Предстартовый инструктаж включает в себя информирование судьёй участников команды о порядке старта, финиша и контрольных поверхностях (земля, снег, специально маркированная веревка и др.). Во время работы на дистанции судья не информирует участника о контрольных поверхностях!

При прохождении дистанции участнику, коснувшемуся любой частью тела контрольных поверхностей, результат попытки не засчитывается, в итоговом протоколе будет записано «срыв». Судья информирует участника о срыве словами «срыв участника».

Каждому участнику предоставляется 2 попытки. Для получения зачёта участник должен выполнить минимум одну попытку.

Результат участника определяется по наименьшему времени, затраченному на преодоление дистанции от старта до финиша. По итогам выполненных попыток учитывается результат лучшей попытки.

### Командные соревнования

Вид соревнований – «командный спринт 2/4» – результат определяется по времени, затраченному всеми участниками команды на прохождение дистанции в специально оговоренном порядке. Временной стартовый интервал между командами определяется по степени освобождения дистанции, его определяет главный судья дистанции.

Состав команды – четыре человека, количество них не менее 1 девушки, количество м/д в команде не учитывается при определении победителей.

Предстартовый инструктаж включает в себя информирование судьёй участников команды о структуре дистанции, особенностях старта и передачи эстафеты и контрольных поверхностях (земля, специально маркированная веревка и др.). Во время работы команды на дистанции судьи не информируют участников о контрольных поверхностях!

Дистанция - с ветвлениями: на старте четыре стартовые ветви, финиш один. Старт участников одновременный от баннеров «старт», финиш – по последнему участнику, коснувшемуся баннера «финиш».

Команда выполняет в зачёт один забег, состоящий из 4 попыток, результат определяется по сумме времени двух лучших попыток. В каждой попытке команда должна менять распределение участников по стартовым ветвям дистанции. Все четыре попытки выполняются подряд, временной интервал между финишем попытки команды и готовностью этой команды к старту следующей попытки не должен превышать 1 минуты. За задержку старта без уважительных причин, связанных с безопасностью, участнику, не вышедшему на старт, может быть засчитан срыв в данной попытке.

Допускается нахождение более одного участника на элементе, при этом вероятность касания земли из-за провиса под перегрузом оценивается командой на собственное усмотрение. Допускаются все другие виды командных взаимодействий, не противоречащих Правилам фрироупа и Положению о проведении соревнований: взаимопомощь, поддержка, обгон, движение по дистанции назад.

После своего финиша (касания финишной опоры) участник может покинуть дистанцию (коснуться земли) и в этом случае уже не может участвовать в работе команды в этой попытке. Если же участник коснулся финишной опоры, но не коснулся земли, он считается для команды финишировавшим (закончившим дистанцию), но может продолжать принимать участие в работе команды, находясь в пределах финишного элемента. В случае срыва такого участника (касания земли или другой контрольной поверхности) он покидает дистанцию, но это не фиксируется для команды как «срыв».

Выбор способов прохождения элементов на дистанции произвольный, по усмотрению участников, без касания контрольных поверхностей. Дополнительные условия прохождения конкретного элемента могут быть специально оговорены перед стартом.

В случае срыва участник покидает дистанцию, остальные продолжают движение. Участник, сорвавшийся с дистанции, не может никаким образом прикасаться к дистанции (подавать веревки, перегонять движущиеся элементы и так далее). В случае касания участником, находящимся на дистанции, сорвавшегося участника первому также засчитывается срыв. Срывом является потеря обязательного снаряжения (каска, обувь).

Результат команды, имеющей один срыв, располагается в итоговом протоколе ниже результатов всех команд, закончивших дистанцию в полном составе; два срыва - ещё ниже и т.д. Таким образом, итоговый протокол сначала содержит суммы времени в двух лучших попытках команд, у которых финишировало суммарно ( в двух лучших попытках) 6 человек; затем 5, 4 и так далее.

В случае равенства результатов побеждает команда, показавшая лучшее время в одной из своих лучших попыток. В случае равенства результатов двух лучших попыток побеждает команда, имеющая в составе больше девушек. В случае равного количества девушек в командах побеждает команда, показавшая лучшее время в остальных попытках.

Возможно предоставление командам 2го забега в командной гонке (в зависимости от количества заявок, будет определено к началу соревновательного дня).

### **Тренировочная зона**

Тренировочная зона - специально обозначенная зона для организации массовых тренировок в день соревнований. Тренировочная зона содержит отдельные элементы и их связки, не объединённые в одну дистанцию. Элементы, расположенные в тренировочной зоне, соответствуют по способам прохождения некоторым элементам соревновательных дистанций.

Посещение тренировочной зоны разрешается только в присутствии руководителя (представителя) команды. Организация тренировок в тренировочной зоне и страховки участников во время тренировок возлагаются на руководителей (представителей) команд.

Прохождение элементов осуществляется в порядке живой очереди. Участнику запрещается начинать прохождение элемента, если на нём находится участник другой команды! Категорически запрещается находиться в непосредственной близости от элемента и под ним во время преодоления его другим участником, а также нарушать конфигурацию элемента.

Инструктор, находящийся в зоне, информирует участников о контрольных поверхностях (специально маркированная веревка и др.) и осуществляет контроль за соблюдением ими инструкции по безопасности.

При нарушении участниками команды инструкции по технике безопасности команде выносится устное предупреждение, при повторном нарушении инструктор имеет право требовать от руководителя вывода команды из тренировочной зоны, а при невыполнении требований вправе обратиться к главному судье для снятия участника либо команды с соревнований.